

Walter Nitsche (Hrsg.)

**Partnersuche
und
Partnerwahl
unter Gottes Führung**

AsB-Verlag
Arbeitsgemeinschaft
seelsorglicher Berater e.K.

ISBN-Nr. 978-3-935-368-13-1

Bestell-Nr. 648313

© 2002 by edition φ philemon

© 2019 der überarbeiteten 7. Auflage

Verlag der Arbeitsgemeinschaft
seelsorglicher Berater e.K. (AsB-Verlag)

www.asb-seelsorge.com

www.asb-verlag.de

E-Mail: verlag@asb-seelsorge.com

Umschlag: DC-Agentur, Merenberg

Herstellung: Verlag der AsB e.K.,

Baumgartenstr. 44, 75217 Birkenfeld

Druck: pressgroup.sk

Vervielfältigungen, Kopien u.ä.

– auch auszugsweise – nur mit

Genehmigung des Verlags

Inhalt

Vorwort.....	7
Die Autoren.....	8

Teil 1: Die Partnerwahl

Unwirksame Methoden zur Partnerwahl.....	10
<i>(Walter Nitsche)</i>	

- Das Verliebtheitsgefühl 11
- „Im Bett“ funktioniert „es“ gut 25
- Gottes Wille und Bestimmung 35

Wirksame Methoden zur Partnerwahl.....	40
<i>(Adelhart Böttger und Walter Nitsche)</i>	

- „Drum prüfe, wer sich ewig bindet...“ 40
- Was soll überhaupt geprüft werden? 42
- Das gemeinsame Ziel 44
- Harmonie 49
- Wachsendes persönliches Kennenlernen 79

Entwicklungsstufen einer Beziehung.....	82
<i>(Iris und Walter Nitsche)</i>	

- Die Ebene der Anziehungskräfte (Stufe 1) 83
- Die Ebene zwischen Sehnsucht und Zweifel (Stufe 2) 90
- Die Ebene der Verbindlichkeit (Stufe 3) 93

Wie erkenne ich den Willen Gottes?.....	96
<i>(Adelhart Böttger und Walter Nitsche)</i>	

- Die Entscheidung in der Partnerwahl 100
- Der andere Blickwinkel 102

Das Ziel im Auge haben: sieben Geheimnisse einer glücklichen Beziehung.....	106
<i>(Hartmut Behnke)</i>	

- Wachstum braucht Zeit! 110

Vom Wesen der Liebe.....	112
<i>(Walter Nitsche)</i>	

- Liebe sucht das Beste für den andern 112
- Liebe beinhaltet Opferbereitschaft 113
- Und wenn die Gefühle erlöschen? 116
- „Ich bin aber ausgetrocknet“ 120

Teil 2: Die Partnersuche

Partnersuche für Christen.....125

(Walter Nitsche)

Hilfe bei der Partnersuche 127

Christliche Partnervermittlungen und andere
Möglichkeiten.....131

(Betty und Richard Becker)

Kontaktanzeigen in Magazinen und Internetseiten 134

„Elieser-Dienste“ und Partnervermittlungen 139

Statistiken kontra Vertrauen? 147

Singlekreise und Singletage 151

Teil 3: Persönlichkeitsbarrieren und andere Hindernisse

Die faulen Früchte des Ego-Sex.....155

(Walter Nitsche)

Kennzeichen des Ego-Sex 156

Kennzeichen der Liebes-Sexualität 156

Die Folgen von Ego-Sex 157

Was kann ich tun, um zu einer glücklichen Partnerschaft zu
kommen?.....161

(Bettina Koch)

Wertvolle Tipps für alle, die ihren Partner noch nicht
gefunden haben 168

Vorwort

Haben Sie nicht auch schon interessiert Geschichten angehört, wie sich ein Ehepaar gefunden hat? Erzählungen über die Art und Weise, wie zwei Menschen plötzlich wussten, dass sie „zueinander gehörten“? Je mehr solcher Berichte – desto mehr entdeckten Sie vielleicht auch die Widersprüchlichkeiten in den daraus gezogenen Schlüssen?!

Die Tragik an solchen Ratschlägen liegt darin, dass man – von Einzelerfahrungen ausgehend – allgemein gültige Tipps zu formulieren versucht. Mit anderen Worten: Ein – sicherlich erfreuliches und berechtigtes – Erlebnismodell soll auch für Sie in Ihrer Situation (und für Ihre Person) wegweisend sein.

Und genau das ist falsch und kann für den Einzelnen sogar folgeschwer irreführend sein. Ein persönliches Beispiel gilt zuerst ganz individuell für das betroffene Paar. Es darf nicht automatisch zu einem Prinzip in puncto Partnersuche gemacht werden. Ein persönlich erlebtes Beispiel ist ein Modell, das als Vorbild dienen und richtige Prinzipien beinhalten kann. Ein Beispiel oder Modell gilt jedoch nicht für alle anderen Situationen, Menschen oder Ereignisse. Richtige Prinzipien hingegen sind für alle Beispiele und Modelle gültig.

Daher sollten Sie darauf achten, welche Prinzipien hinsichtlich der Partnersuche und Partnerwahl Gültigkeit haben, und sich nicht durch – sich sogar widersprechende – Beispiele und Erlebnisse beeinflussen oder irritieren lassen. Sie werden umso gefestigter und innerlich sicherer der Frage der Partnerwahl begegnen können. Denn Sie haben dann gelernt, allgemein gültige Prinzipien von Modellen zu unterscheiden.

Walter Nitsche

Die Autoren

Betty und Richard Becker, Familientherapeuten und Partnerschaftsberater; verschiedene Fachartikel zu Beziehungsthemen und journalistische Tätigkeiten.

Hartmut Behnke, Studium der Theologie und Ehe- und Familienberatung in den USA; von seiner Kirche als Beauftragter für Ehe- und Familienfragen freigestellt.

Adelhart Böttger, Tätigkeiten im christlichen Buchhandel und Verlagswesen; über 10 Jahre praktische Erfahrungen in regionaler Jugendarbeit; Referent in Jugendgruppen zum Thema Partnerwahl; Leitungsaufgaben in christlicher Gemeindegemeinschaft.

Bettina Koch, psychologische Beraterin, Kommunikationstrainerin und therapeutische Seelsorgerin; eigene Praxis für Beratung und Einzel-Coaching. Spezialisierung auf dem Gebiet der persönlichen Weiterentwicklung. Sie führt u. a. gezielte Paarberatungen durch und hat für Partnersuchende Christen ein umfassendes Komplettprogramm entwickelt.

Iris und Walter Nitsche, seit über 30 Jahren miteinander verheiratet, rund 20 Jahre in Österreich und der Schweiz in einer Seelsorge- und Eheberatungsarbeit tätig; seit 1998 in Baden-Württemberg wohnhaft, wo sie den cpd leiten. Walter Nitsche, Autor von 15 Fachbüchern zu Beziehungs- und anderen lebensberatenden und psychologischen Themen (etliche davon in mehrere Sprachen übersetzt); Referent bei Eheseminaren und Single-Tagen im In- und Ausland. Schulungsleiter der ASB (Arbeitsgemeinschaft seelsorglicher Berater).

Teil 1:

Die Partnerwahl

*„Falls jemand von euch nicht weiß,
was der Wille Gottes in einer bestimmten Sache ist,
soll er um Weisheit bitten.*

*Ihr wisst doch, wie reich Gott jeden beschenkt
und wie gern er allen hilft...”*

(Jakobusbrief, Kap. 1,5)

„Würden nur 30% mehr an Engagement und Vernunft
bei der Partnerwahl aufgewendet werden,
dann würden sich die Wartezimmer der
Ehetherapeuten um 60% leeren.”

(Dr. Richard White)

Unwirksame Methoden zur Partnerwahl

Walter Nitsche

„Ja, wir wollen miteinander durchs Leben gehen ... bis dass der Tod uns scheidet“. Dieses Versprechen vor dem Standesbeamten wird meistens auch im kirchlichen Rahmen bzw. im Kreis gläubiger Mitmenschen öffentlich bestätigt. Trotzdem wird in unserer Kultur jede 2. Ehe geschieden. Man muss sich das bewusst machen: Die Hälfte aller Versprechen werden gebrochen – mit Sicherheit nicht wegen der Unredlichkeit der Betroffenen, als sie vor dem Traualtar standen, nein, sondern weil sie sich in eine Beziehungssackgasse hineinmanövriert haben, aus der sie keinen Ausweg mehr sehen.

Der Beginn dieser Sackgasse begann bei Tausenden von Paaren bereits mit der Partnerwahl. Wählt man nämlich nach falschen Kriterien seinen Beruf, kommt es zur folgenschweren Enttäuschungen. Wählt man nach falschen Kriterien seinen Lebenspartner, wird man vor viel tiefergehenden Problemen stehen. Die Folgen einer falschen Berufswahl sind nicht annähernd so tragisch wie die Folgen einer falschen Partnerwahl.

Mir ist völlig bewusst, dass der Vergleich mit der Berufswahl hinkt, doch will ich der Verständlichkeit wegen dieses Beispiel wiederholt heranziehen, um zur vermehrten Objektivität bei unserem wichtigen Thema anzuregen.

Ich möchte Sie nicht provozieren, sondern Sie für die wichtigsten Aspekte bei der Partnerwahl sensibilisieren. Ich will Sie nicht entmutigen, sondern fördern, richtige Wege einzuschlagen. Ich habe nicht die Absicht, Sie zu verletzen,

wenn ich langjährige, beliebte Überzeugungen in Frage stelle, sondern das Ziel, dass Sie anschließend „fester im Sattel“ sitzen, auch wenn Sie bei nachfolgenden Ausführungen vielleicht innerlich „vom Pferd fallen“.

Das Ausreißen unwirksamer Methoden zur Partnerwahl soll lediglich dazu dienen, dass Sie erfolgreich, froh und zu Ihrem Besten effektive Prinzipien zur Partnerwahl kennen und anwenden lernen.

Ihre künftige erfolgreiche Ehe liegt mir am Herzen!

Das Verliebtheitsgefühl



Stellen Sie sich einmal vor, Sie hätten einen liebenswürdigen Sohn, der Ihnen eines Tages bezüglich seiner Berufswahl erzählen würde: „Ach, ich bin so ein Zirkusfan! Der Geruch des Sägemehls in der Manege, die Atmosphäre mit den Artisten und Clowns, einfach supermegagalaktisch!

Ich will daher Zirkusdirektor oder Artist werden...“

Sie kennen aber Ihren Jungen: mit seiner fehlenden Disziplin und seinem mangelnden Durchhaltevermögen, mit seiner Neigung zum Phlegma und übergewichtigem Fettansatz, und Sie sehen keinerlei Chance – weder für einen Artisten noch fürs Zirkusleben überhaupt... Jedenfalls würden Sie sicherlich versuchen, ihm zu verdeutlichen, dass sein Gefühl, seine emotionelle Begeisterung für den Zirkus zwar absolut in Ordnung ist, dies aber kein Kriterium für eine Berufswahl sein kann.

In dieser Beziehung sind wir uns vermutlich alle einig. Doch genau hier treffen wir auf eines der am meisten benutzten

Modelle, sich für einen Partner zu entscheiden.

„Ich habe mich bis über beide Ohren verliebt... Ich fühle mich so zu dieser Person hingezogen. Sie ist einfach supermegagalaktisch! Ich würde gerne mein ganzes Leben mit dieser Person verbringen...“

Doch wie sagte bereits Bernard Shaw: „Liebe auf den ersten Blick ist genauso zuverlässig wie eine Diagnose auf den ersten Händedruck“.

Verliebtheitsgefühle allein sind kein Prüfkriterium für eine tragfähige Partnerwahl. Denn eine erfolgreiche Partnerschaft benötigt echte Liebe als Fundament. Verliebtheit ist daher niemals ein Garantieschein für eine gute Partnerschaft. Verliebtheitsgefühle halten auch nicht an (das zu glauben, fällt einem verliebten Paar sehr schwer) – sie müssen echter, beständiger Liebe weichen, oder sie münden in frustrierende Gleichgültigkeit.

Verliebtheitsgefühle sind wie die aufsprießenden, duftenden Kirschblüten im Frühjahr. Die Blütenblätter werden garantiert abfallen! Die Frage ist, ob daraus eine Frucht – echte Liebe – entsteht oder nicht. Denn nicht jede Blüte wird bestäubt, so dass sich eine reife Kirsche bilden kann. Genausowenig führt jede Verliebtheit zu reifer Liebe.

Verliebtheitsgefühle sind nicht aus „dem Stoff, aus dem die Liebe ist“. Interessant in diesem Zusammenhang ist ein Bericht des Deutschen Forschungsdienstes, demnach „Herzflimmern, Glücksrausch und alles, was Liebende sonst noch beim Gedanken an den geliebten Menschen empfinden können, möglicherweise auf das Wirken einer körpereigenen Substanz zurückgehen. Sie heißt *Phenyläthylamin*, ist ein regelrechtes Aufputzmittel und wird im limbischen System des Gehirns gebildet, das Ausgangspunkt des Gefühlslebens ist.“

(Während eines Single-Seminars im Juni 2002 in Basel schrieb mir ein wissenschaftlich gebildeter Teilnehmer spontan die chemische Formel von *Phenyläthylamin* an die Flipchart-Tafel. Die Formel hier wiederzugeben ist aus satztechnischen Gründen allerdings zu aufwendig.)

Ich weiß natürlich nicht, ob Phenyläthylamin tatsächlich dieser Träger von Verliebtheitsgefühlen ist – ich bin kein Biochemiker und dieser Wissenschaftszweig ist ein noch sehr wenig erforschter Bereich. Wie dem auch sei: Bei Verliebtheitsgefühlen werden auf jeden Fall ein paar Dutzend verschiedener Hormone – wie vermutlich das Phenyläthylamin – in die Blutbahn ausgeschüttet und erzeugen diese aufregende Gemütsverfassung. Mit Sicherheit enden diese Gefühle wieder. Sie erleben keinen Dauerzustand. Wie tragisch, wenn jemand die Verliebtheitsgefühle mit Liebe verwechselt. Da steigt er nämlich eines Abends aus der Badewanne und meint, die Liebe sei verschwunden, er könne den Partner nicht mehr lieben, weil eben diese Gemütsverfassung nicht mehr vorhanden sei.

So erklärte mir ein Automechaniker, der wieder einmal eine seiner zahlreichen Freundinnen hatte „fallen lassen“: „Da fühlte ich plötzlich keine Liebe mehr und machte Schluss...“ (Der Eheberater Hartmut Behnke meint dazu: „Wer viel wechselt, wird bald zu Kleingeld.“)

Noch tragischer ist es, wenn zwei Menschen nur aufgrund ihrer Verliebtheitsgefühle eine Ehe eingehen – und bereits nach ein paar Monaten das Ende der Gefühle feststellen müssen!

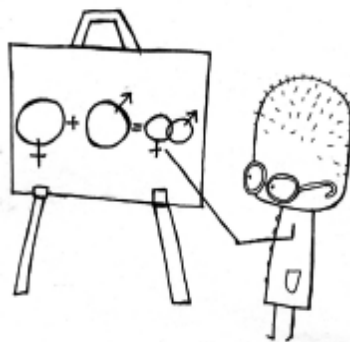
Verliebtheitsgefühle können zwar den ersten Impuls für eine Beziehung geben, doch die wichtigste Frage wird sein, ob aus diesen Verliebtheitsgefühlen tatsächlich Liebesfähigkeit entsteht oder nicht. Die alleinige Existenz von Verliebtheitsgefühlen zeugt noch nicht davon, dass auch

Liebesfähigkeit und Du-Bezogenheit vorhanden ist. Gerade in diesem Bereich besteht die Partnerwahlprüfung im ehrlichen Hinterfragen der eigenen Motive. Was zieht mich am andern überhaupt an? Was hat eventuelle Verliebtheitsgefühle ausgelöst? Meine ich mich, oder meine ich tatsächlich den andern?

Es gibt Hunderte von Ursachen, die Verliebtheitsgefühle auslösen könnten. Und wenn es sich dabei um den „ersten Blick“ handelt, ist der Grund für die Verliebtheit mit Sicherheit (noch) nicht „die Liebe“.

Warum fühlen wir?

An diesem Punkt müssen wir einen kleinen Exkurs einlegen und uns einmal grundsätzlich mit der Frage beschäftigen, warum wir denn überhaupt fühlen können?



Was passiert denn, wenn Sie beispielsweise nach langer Wartezeit in die eben frei gewordene Parklücke einparken möchten und ein anderer Wagen schnappt Ihnen den freien Parkplatz frech vor der Nase weg? Biochemisch gesehen könnte man vereinfacht sagen: Ihre Nebenniere geht auf, Adrenalin schießt ins Blut und – weil Adrenalin in Umlauf ist – können Sie sich überhaupt erst so richtig ärgern! Bitte nicht verwechseln: Nicht die Ursache (!), sondern der „Träger“ dieses Gefühls ist die „in Umlauf gekommene Chemie“. In unserem Beispiel das Adrenalin. Wie ich nun mit diesem Ärger, diesem Gefühl umgehe, das ist dann eine ganz andere Sache (und meine eigene Entscheidungsverantwortung). Für das bloße Vorhandensein des Gefühls (= die in Umlauf gekommene Chemie) trage ich keine

Verantwortung. Dafür kann ich nichts, denn mein Körper hat automatisch das Adrenalin ausgeschüttet, als meine Psyche ihm die entsprechende Information übermittelt hatte. Meine Reaktion darauf gehört zu einem anderen Thema.

Ein anschauliches Beispiel für die Behauptung, dass die Träger unserer Gefühle „in Umlauf gekommene Chemie“ sind, ist der Alkohol: Da fühlt sich ein problembeladener Mensch deprimiert, schlecht, mies, „down“ oder miserabel. Und dann schüttet er zwei Flaschen Wein in sich hinein. Siehe da: Bald fühlt er sich anders! Obwohl die Umstände noch dieselben sind, die Sorgen die gleichen – er fühlt sich plötzlich erleichtert, erhaben, „alles ist nicht so schlimm“. Er fühlt sich anders, weil er sich eine „Gegenchemie“ eingeflößt hat: den Alkohol. Dieser ist nie eine Lösung, aber wir können an diesem Beispiel sehen, dass sich „Chemie“ als „Träger“ von Gefühlen erweist. So hat es unser Schöpfer eingerichtet. Und das ist gut so.

Denn grundsätzlich kann man sagen: Gott hat Gefühle geschaffen, damit sie Diener sind in unserem Leben, aber nicht Diktatoren! Denn wenn ich einen Diktator über mir habe, bin ich der Versklavte.

Feuer soll uns beispielsweise ebenfalls dienen. Es ist auch grundsätzlich gut, gottgewollt, positiv. Was wäre das Leben ohne Feuer! Doch wenn Feuer seine Grenzen überschreitet, ein ganzes Haus verbrennt – oder ganze Gebiete und Dörfer vernichtet wie unlängst in Arizona – , dann wird Feuer destruktiv, zerstörerisch. Ähnlich verhält es sich mit den Gefühlen.

Gefühle sind ganz wichtig (was wäre das Leben ohne Gefühle!). Gefühle sind gottgewollt und gut. Doch sollen sie den Platz einnehmen, den ihnen der Schöpfer angewiesen hat: als Diener in unserem Leben, nicht als Despoten.